लोक स्वास्थ्य शिक्षा माला - 6

टी. बी.
के बारे में
सही जानकारी

शहीद अस्पताल, दल्लीराजहरा

द्वितीय प्रकाशन काल : नवम्बर 2007

शहीद अस्पताल की
स्वास्थ्य पत्रिका "स्वास्थ्य संगवारी" पर आधारित

कोई भी व्यक्ति या संस्था लोगों में स्वास्थ्य शिक्षा फैलाने के लक्ष्य से इस पुस्तक के किसी भी भाग को किसी भी तरीके से इस्तेमाल कर सकता है।

सहायता राशि : 5/- रुपये

प्रतियों के लिए लिखें :
शहीद अस्पताल
दल्ली-राजहरा
दुर्ग (छ.ग.) 491 226

शहीद अस्पताल, दल्लीराजहरा द्वारा प्रकाशित
व
विजय प्रिंटिंग प्रेस, बालोद द्वारा मुद्रित

टी. बी. एक खतरनाक बीमारी

* भारत की कुल जनसंख्या के करीब दो प्रतिशत टी. बी. रोग से ग्रस्त है।

* साल में प्रति लाख भारतवासियों में से 60 से 80 लोगों की मृत्यु टी बी. के कारण होती है।

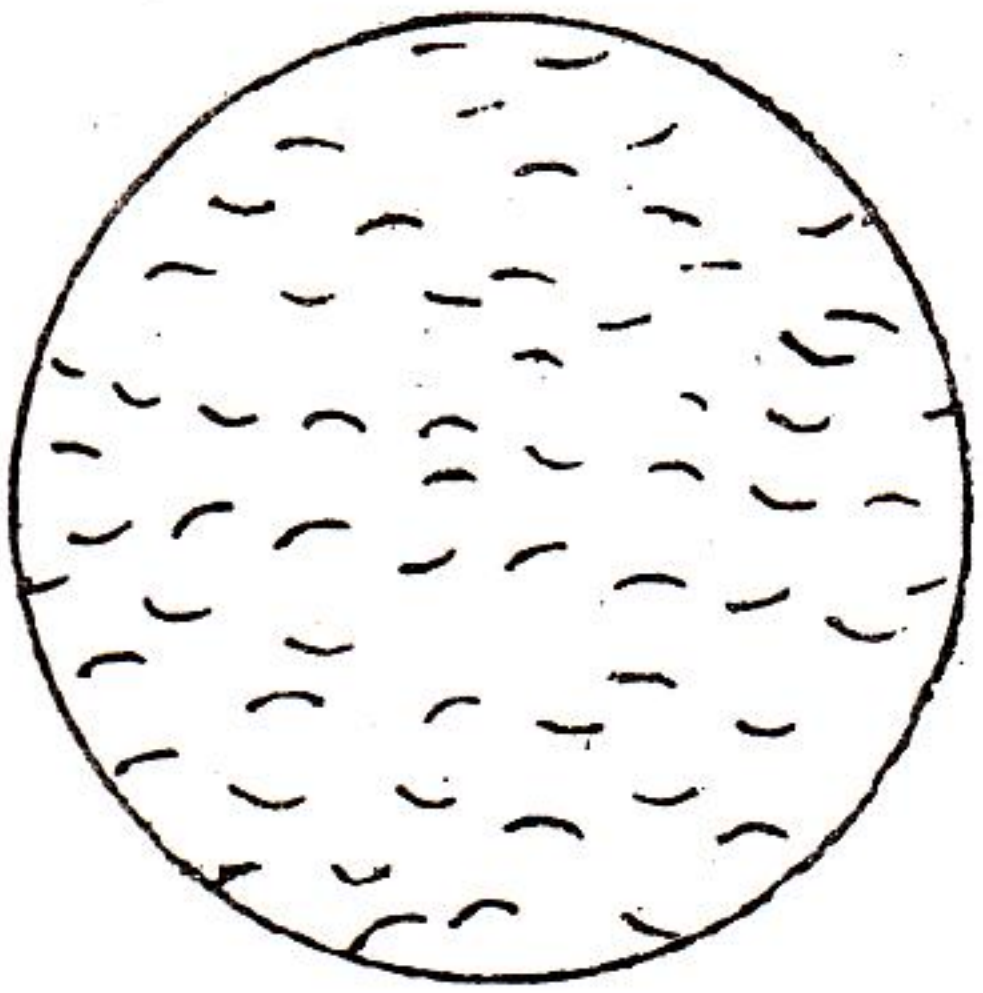
* भारत में हर साल करीब 5 लाख लोग टी. बी. के कारण मरते हैं।

* मानव शरीर के करीब - करीब सभी हिस्से टी.बी. से प्रभावितहो सकते हैं।

* सामान्य कीटाणुनाशक दवाईयों से टी.बी. ठीक नहीं होती।

टी.बी. का कारण एक छोटा सा कीटाणु :-

इस कीटाणु का नाम माइको बैक्टीरीयाम टिऊबारकुलाम है। हम आंख से इसको देख नहीं सकते। इसमें विशेष क्रिया के रंग लगाकर सूक्ष्मदर्शी (माइक्रोस्कोप) से देखा जा सकता है।



टी.बी. एक छूत की बीमारी :-

टी.बी. मरीजों में से 60 प्रतिशत (60%) मरीजों का रोग फेफड़ों में पाया जाता है। केवल फेफड़ों से ही रोग फैल पाता है।

पाल्मोनारी टिऊबारकुलोसिस का मरीज (यानि जिस मरीज के फेफड़े में टी. बी. को रोग है) जब खांसता है तो उसके बलगम के साथ कीटाणु बाहर आते है। अन्दाजा है कि बलगम के बुंद में लगभग 50 लाख कीटाणु रह सकते है। बात करने पर या छींकने पर कीटाणु रोगी से स्वस्थ व्यक्ति तक पहुंच सकता है।

टी. बी. गरीबी और कुपोषण की बीमारी है।

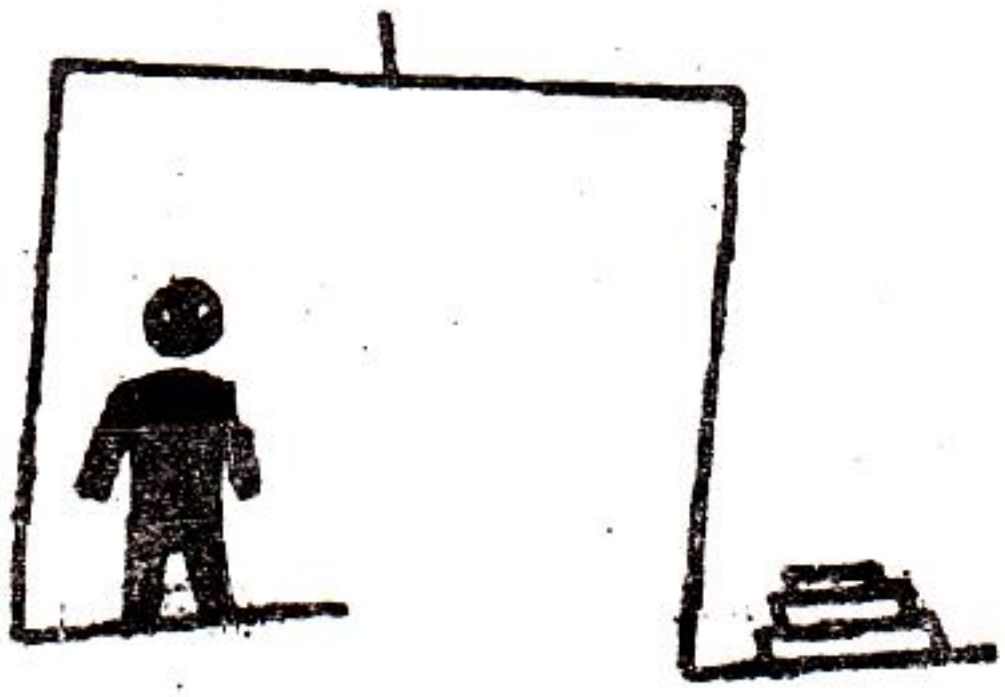
स्वस्थ व्यक्ति के शरीर में टी. बी. कीटाणु घुसने पर भी उसको रोग नहीं होता। अगर उसके शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता (रोग कीटाणु से लड़ने की ताकत) सही हो, तो वह रोग से बच जाता है।

लेकिन गरीबी के कारण जिसको खाने पीने की कमी है, वह कीटाणु से लड़ नहीं पाता और टी.बी. रोग ग्रस्त हो जाता है।

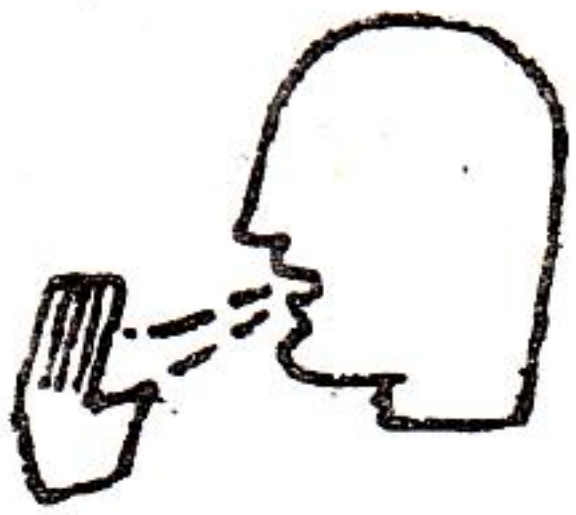
इसके अलावा समाज के गरीब वर्गो के लोग ऐसे घरों में रहने को मजबूर हैं, जिनमें हवा तथा सूर्य का प्रकाश नहीं पहुंच पाता। एक ही घर में रोगी और स्वस्थ लोग रहते हैं। शिक्षा की कमी के कारण वे लोग जरुरी सावधानी भी अपना नहीं सकते। इसलिये इनमें रोग का फैलाव आसान हो जाता है।

टी. बी. के आम लक्षण :-

* **लगातार वजन कम होना और कमजोरी बढ़ते जाना।**



* लगातार होने वाली खांसी, विशेष रुप से सुबह उठने के बाद।

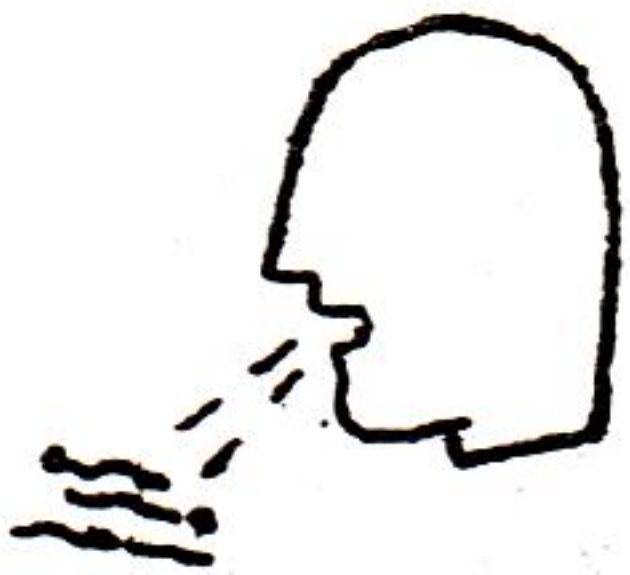


* शाम को हल्का बुखार जो रात को पसीना आने पर उतर जाता है।

* छाती या पीठ के उपरी हिस्से में दर्द

बढ़े हुये टी.बी. के लक्षण :-

* खांसी के साथ खून आना।



* आवाज फटने लगना

बच्चों में टी.बी. के लक्षण :

टी. बी. के ग्रस्त बच्चों को आम तौर पर खांसी नहीं होती और न शाम के समय बुखार ही होता है। बच्चों में टी बी. का मुख्य लक्षण है। **अच्छा भोजन मिलने के बावजूद लगातार वजन घटना।**

आपको भी टी. बी. हो सकता है यदि...

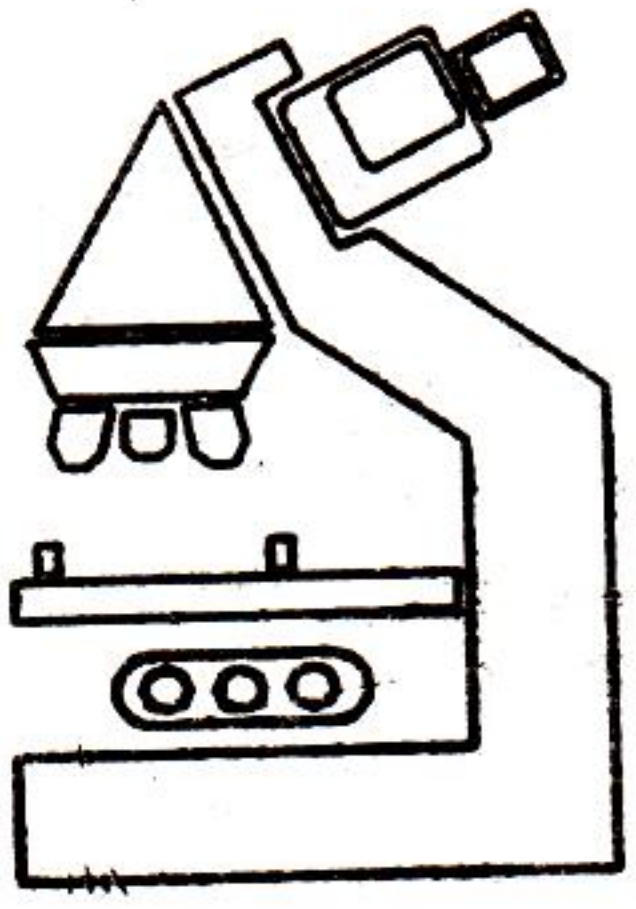
* **आपको तीन चार हफ्ते से लगातार खांसी हो रही हो।**
* **लगातार बुखार हो रहा हो,**
* **छाती में दर्द हो रहा हो,**
* **खांसी के साथ खून गिर रहा हो।**

तो आपको टी बी. की शंका होनी चाहिये। तुरन्त अच्छे डाक्टर की सलाह लें, वे आपको सही तरीके से जांच कर बतायेंगे कि आपको टी बी. है या नहीं।

फेफड़े के टी. बी. रोग की पहचान कैसे होती है ?

1. बलगम की जांच :

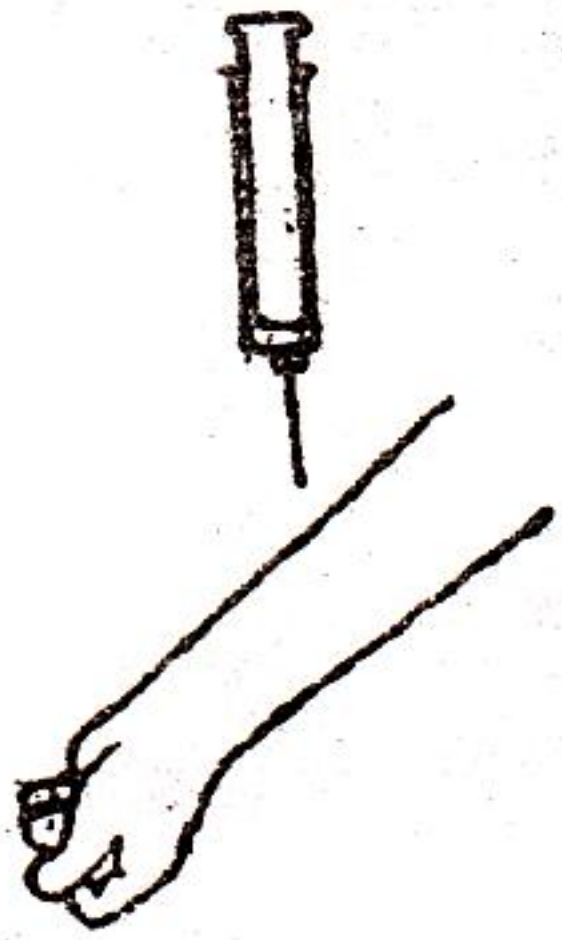
सूक्ष्मदर्शी यंत्र से रोगी के बलगम की जांच की जाती है। इससे इस बात का पता लग जाता है कि व्यक्ति के बलगम में टी. बी. के कीटाणु है या नहीं। लेकिन बलगम में टी. बी. के कीटाणु नहीं मिलने पर यह प्रमाणित नहीं होता कि मरीज टी. बी. रोग से मुक्त है।



अक्सर सुबह का गाढ़ा बलगम जांच के लिए लिया जाता है। एक बार बलगम में कीटाणु नहीं मिलने पर कभी कभी लगातार तीन रोज सुबह के बलगम की जांच की जाती है। या तीन दिन में दिन भर जितना बलगम निकलता है उसका परीक्षण किया जाता है।

2. टिऊबारकुलीन

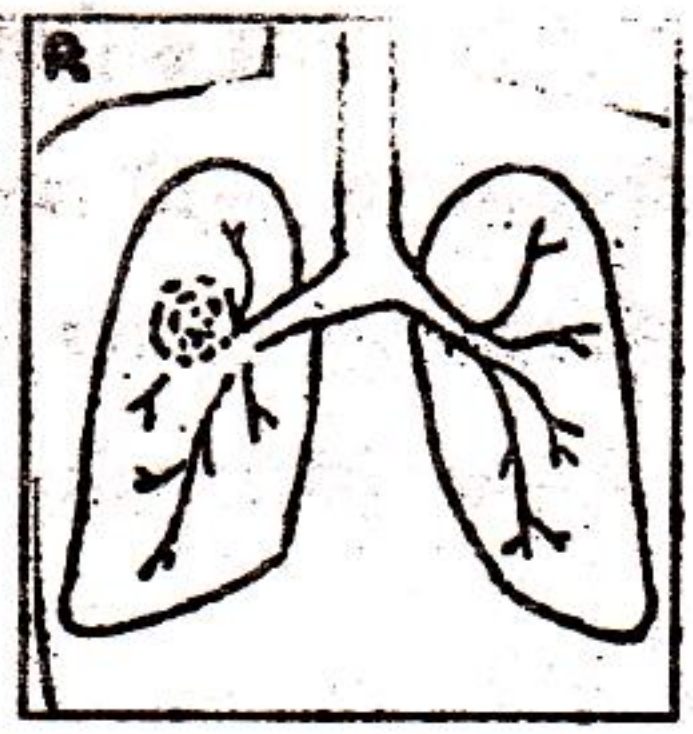
इस जांच के लिए टिऊबारकुलीन की बूंद सूई द्वारा हाथ की चमड़ी की पर्तो में पहुंचाई जाती है, तीन दिन बाद सूई लगाने की जगह को जांच किया जाता है। अगर वहर जगह लाल और सूजा हुआ होता है तो इसका अर्थ टी. बी. रोग के कीटाणु मरीज के शरीर में प्रवेश किये हैं, लेकिन मरीज टी. बी. रोग से ग्रस्त है या नहीं उसका इस जांच से पता नहीं चलता है।



अगर सुई की जगह साफ है, तो उसका मतलब व्यक्ति के शरीर में कभी टी. बी. कीटाुण प्रवेश ही नहीं किया।

3. सीने का एक्सरे :-

कोई व्यक्ति फेफड़े की टी. बी. से ग्रस्त है या नहीं इस बात को जानने के लिए सबसे जल्दी तरीका है उसका सीने का एक्सरे। एक्सरे में फेफड़े का साफ रहने का अर्थ फेफड़े में टी. बी. नहीं है। अगर किसी के फेफड़े में टी. बी. के कीटाणु प्रवेश किये थे और वह टी. बी. के साथ लड़ाई में विजयी हुआ तो उसके फेफड़े में सफेद सफेद चुना जम जाने के स्थान दिखाई देंगे।



फेफड़े में अगर धब्बे दिखाई देते हैं, तो शायद उसको टी. बी. है। (खून जांच और बलगम जांच की रिर्पोट के साथ मिलाकर रोग निर्णय करना होगा।)

टी. बी. का इलाज :-

1. आराम

जब तक मरीज पूरी तरह स्वस्थ न हो जाये तब तक भारी काम करना बन्द करना चाहिये। उसके बाद भी इतना कड़ा काम नहीं करना चाहिये जिससे सांस फूलने लगे या सांस लेने में कठिनाई हो।

2. खाना - पीना :

जितना खाना खा सकते हैं, खाना चाहिये। खाना में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, फैट और विटामिन पर्याप्त मात्रा में होना चाहिये। (टी. बी. के इलाज के लिए किसी विशेष प्रकार के भोजन की आवश्यकता नहीं है।)

3. कीटाणु के खिलाफ दवाईयां :

आज से करीब पचास साल पहले तक टी. बी. का इलाज करने में बहुत सारी दिक्कतों का सामना करना पड़ता था। टी. बी. के कीटाणु के खिलाफ कोई अच्छी दवा नहीं थी। विश्राम और भोजन के माध्यम से शरीर की रोग प्रतिरोधक को बढ़ाने की कोशिश की जाती थी, जिससे वह कीटाणु से लड़ सके।

स्थिति अब बदल गई . अब बहुत सारी अच्छी दवाईयां उपलब्ध हैं।

टी. बी. की दवाईयां मुख्यत: दो किस्म की है :

ऐसी दवा जो कीटाणु को नष्ट कर देती है।	ऐसी दवा जो कीटाणु की वंशवृद्धि रोक देती है।
अ. आइसोनियाजिड	अ. पास
ब. स्ट्रेप्टोमाइसिन	ब. थायासिटाजोन
स. रिफामसिन	स. इयामबुटल आदि।
द. पाइरिजिनामाइड, आदि	

(इनमें से सिर्फ स्ट्रेप्टोमाईसिन इन्जेक्शन से दिया जाता है, बाकी दवाईयां मुंह से लेने की है)

टी. बी. नियंत्रण कार्यक्रम :

दुनिया की क्षय रोगी के एक तिहाई भारत में है, इसलिये भारत सरकार बीमार क्षय नियंत्रण कार्यक्रम नि:शुल्क चलाता है। इस कार्यक्रम के तहत प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र से नि:शुल्क दवाई दिया जाता है।

आर.एन.टी.सी.पी. (जातीय क्षय नियंत्रण कार्यक्रम) के तहत डॉट्स अर्थात रोगी को स्वास्थ्यकर्मी के द्वारा सप्ताह में तीन दिन दवाई खिलाया जाता है। इसमें तीन प्रकार होता है, और आम तौर पर थूक में कीटाणु है कि नहीं है और वह मरीज समाज के लिए कितना हानिकारक है इसके आधार पर प्रकार बनाया जाता है।

प्रथम प्रकार : वह मरीज जिनके थूक में कीटाणु है, फेफड़े में टी. बी. है, लेकिन स्पूटम में कीटाणु नहीं है और फेफड़े के बाहर की टी. बी. है और ज्यादा तकलीफ में है। इन सभी मरीजों को दो महीना, चार

प्रकार की दवाई और अगले चार महीना दो प्रकार का दवाई दिया जाता है अर्थात छः माह में इलाज पूर्ण हो जाता है।

द्वितीय प्रकार : सभी पुराने मरीज जिनके अंदर दोबार लक्षण पाया गया, जो बीच में दवाई खाना छोड़ दिया और जो लम्बे समय से टी. बी. के रोग से ग्रसित है।

इन सभी मरीजों को पहले तीन महीने 5 प्रकार की दवाई और अगले 5 महीने तीन प्रकार की दवाई दिया जाता है अर्थात मरीज की गंभीर स्थिति को देखते हुये समय और दवाई की मात्रा बढ़ाई गयी है।

तृतीय प्रकार : वह मरीज जिनके स्पुटम में कीटाणु नहीं है अधिक तकलीफ में भी नहीं है, और फेफड़ा छोड़कर शरीर के दूसरे हिस्से में क्षय रोग है। उनके लिए पहले दो महीन तीन प्रकार की दवाई और अगले चार महीने दो प्रकार की दवाई दिया जाता है।

ये तीनों प्रकार के मरीजों को सप्ताह में तीन दिन दवाई दिया जाता है। इलाज चलते हुये तीन बार कफ का जांच किया जाता है।

नोट : रिफामपिसीन दवाई लेने से पेशाब और टट्टी का रंग लाल हो जाता है। इससे घबराने की जरुरत नहीं है और जो बच्चा बंद करने की दवाई ले रहा है ,उनको टी. बी. दवाई चलते समय बच्चा बंद करने वाला दवाई बंद कर देना चाहिये .

4. शल्य चिकित्सा :

टी. बी. की इतनी अच्छी दवाईयां प्राप्त होने के बाद अब शल्य चिकित्सा की जरुरत कम ही पड़ती है।

कोई बच्चे की रीढ़ की हड्डी की टी. बी. हो, उनका आपरेशन करना पड़ सकता है, ताकि उसे लकवा न मार जाये।

टी. बी. के इलाज की कुछ विशेषतायें :-

1. तपेदिक के कीटाणु जल्दी नहीं मरते।

   लम्बे समय तक लगातार इलाज किया जाये तो ही वे मर पाते हैं।

   महंगी दवाईयों से इलाज करने पर भी 8-10 महीने इलाज करवाना आवश्यक है।

   इस समय के बाद थूक की पुनः जांच और एक्सरे से ही डाक्टर देख लेते हैं कि बीमारी पूरी तरह ठीक हुई या नहीं .

2. टी. बी. की दवाईयां लेने पर दो तीन हफ्ते में रोग के लक्षणों में फर्क पड़ने लगता है। आराम मिलने पर कई रोगी सोचते हैं की बीमारी ही शायद दूर हो गई, वे इलाज बन्द कर देते हैं। यह खतरनाक है।

   इससे शरीर के अन्दर टी. बी. के कीटाणु उन दवाओं के प्रतिरोधी बन जायेंगे यानि ये दवाइयां और काट नहीं करेंगे।

   दुबारा इलाज शुरु करना होगा तो इलाज पूरे दो वर्ष तक चलेगा, लेकिन वह महंगी दवाओं से।

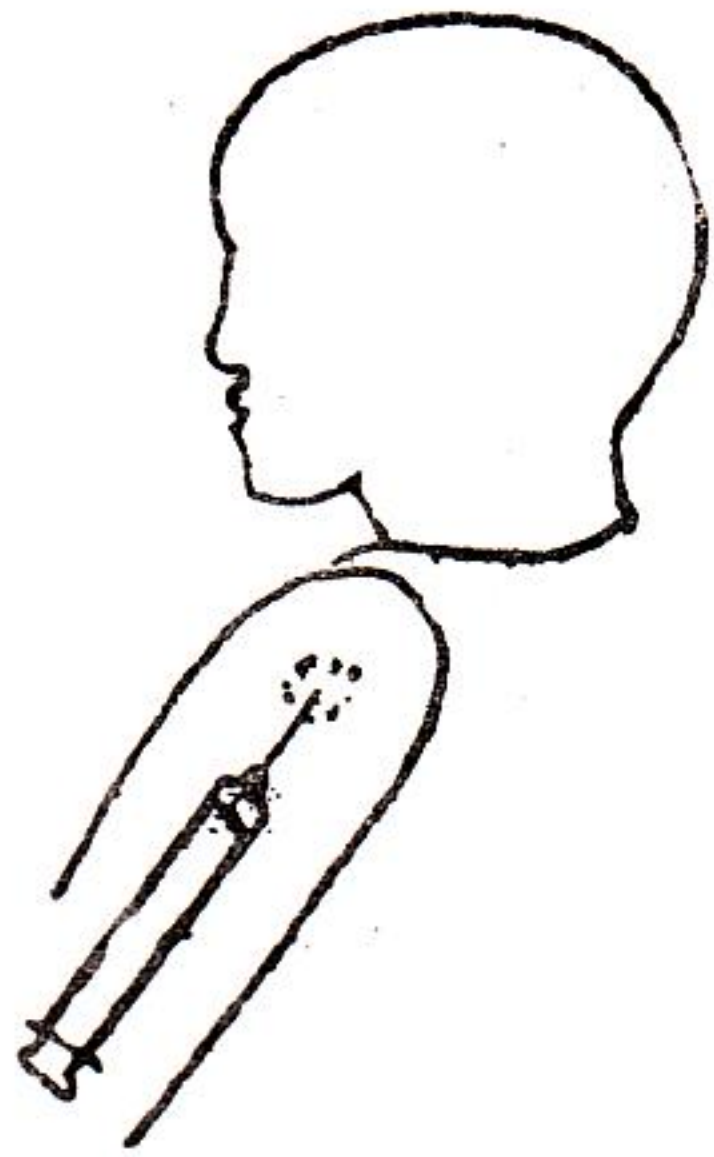
   अगर इलाज को आधे बीच में छोड़ दिया जाये तो टी. बी. को ठीक करना बहुत मुश्किल होता है।

टी. बी. से बचने का एक तरीका - बी.सी.जी. का टीका :-

इस टीके में टी. बी. के अनुकसानदायी जीवित कीटाणु होते हैं। शरीर में ये कीटाणु प्रवेश करने पर रोग नहीं होता, लेकिन शरीर को खतरनाक टी. बी. कीटाणु से लड़ने की क्षमता बनती है।

बी.सी.जी. का टीका जितनी कम आयु में हो लगवा लेना चाहिये। नवजात शिशुओं को भी बी.सी.जी. का टीका बेखटके लगाया जा सकता है।

बी. सी. जी. का टीका कुछ रोग प्रतिरोध में भी कारगार है।



टी. बी. के फैलाव की रोकथाम

1. यदि मरीज खांसते या छींकते वक्त अपने मुंह और नाक को कपड़े से ढंक लेता है और अपने बलगम को किसी ढक्कन वाले बर्तन में थूककर बाद में आग में जला देता है तो कीटाणु स्वस्थ व्यक्ति तक पहुंच नहीं पाते हैं।

2. यदि शुरु में ही टी. बी. का पता चल जाये और पूरे समय तक मरीज का इलाज होता है, तब एक मरीज से दूसरे मरीज तक टी. बी. फैल नहीं पाता है।

3. लोग अगर बचपन में ही बी.सी.जी. के टीके लगवा लें तो उनके शरीर में टी. बी. के खिलाफ प्रतिरोध क्षमता बन जाती है। वे टी.बी. से ग्रस्त नहीं होते हैं।

4. स्वच्छता से रहने पर और अच्छा खाना पीना मिलने पर भी रोग से पीड़ित होने की संभावना कम हो जाती है।

टी. बी. एक सामाजिक व्याधि है जिसका इलाज है समाज में बदलाव :-

पहले ही हम चर्चा कर चुके हैं कि टी. बी. गरीबों की बीमारी है। अगर लोगों का अच्छा खाना पीना मिले तो वे कीटाणुओं से लड़ सकते हैं। अगर लोगों का अच्छा खाना पीना मिले तो वे कीटाणुओं से लड़ सकते हैं। अगर मरीजों को सही इलाज मिले तो उससे रोग दूसरे में नहीं फैलता। अगर लोगों को रहने के लिए सही घर मिले तब रोग का फैलाव कम हो जाता है और अगर उनको पर्याप्त जानकारी यानि शिक्षा रहे तो वे उचित स्वास्थ्य संबंधी जानकारी ले सकते हैं।

जो समाज हमें खाना, घर और स्वास्थ्य, शिक्षा नहीं देती वह ही टी. बी. को फैलाती है।

टी. बी. का सही इलाज एक ऐसा समाज का निर्माण जहां सबके लिए सही खाना पीना, घर, शिक्षा और स्वास्थ्य सुविधायें मिल सकें।

आईये ! हम सब मिलकर ऐसे समाज के निर्माण हेतु जुट जायें।

निर्माण

एक संघर्षशील समाज का,

संघर्ष

एक सामन्तवादी समाज निर्माण के लिए॥

परिशिष्ट – 3

टी. बी. की दवाईयों के पक्षीय प्रभाव

टी. बी. की दवाईयों से ददोरे, उल्टियां, पेट जलन आदि हो सकते हैं। स्ट्रेप्टोमाईसिन को अगर काफी मात्रा में ज्यादा समय तक लिया जाये, तो बहरापन, चक्कर आदि हो सकते हैं। इस स्थिति में दवा का सेवन तुरन्त बन्द कर देना चाहिये।

आइसोनियाजिड लेने से विटामिन बी-6 की कमी के कारण हाथ-पावों में दर्द, मांस पेशियों का अकड़ना, दौरे आदि हो सकते हैं। विटामिन बी काम्पलेक्स का प्रयोग करने से इन प्रभावों से बचा जा सकता है।

रिफामपिसिन, आइसोनियाजिड व पाइरिजिनामाइड के जिगर पर बुरे प्रभाव हैं।

शहीद अस्पताल के प्रकाशन

* शहीद अस्पताल
  स्वास्थ्य के रास्ते पर नया कदम — 3 रुपया

* टट्टी उल्टी के बारे में सह
  सही जानकारी प्राप्त कीजिए — 1 रुपया

* टट्टी उल्टी के बारे में
  सही जानकारी — 1 रुपया

* गर्भवती महिलाओं के लिए
  कुछ जानकारियां — 3 रुपये

लोक स्वास्थ्य शिक्षा माला

* रक्तदान के बारे
  सही जानकारी — 5 रुपये

* बुखार के बारे में
  सही जानकारी — 5 रुपये

* खांसी के बारे में
  सही जानकारी — 5 रुपये

* मद्यपान के बारे में
  सही जानकारी — 5 रुपये

* टीकाकरण के बारे में
  सही जानकारी — 5 रुपये

* टी. बी. के बारे में
  सही जानकारी — 5 रुपये